想要获取更多资源吗?

点击上方图片，即可进入修行资料中心，探索浩如烟海的佛经经典、禅修指南、开示讲记以及实修方法等珍贵内容。这里汇集了助您精进修行的各类资源，无论您是初学者还是资深修行者，都能在此找到滋养法身慧命的甘露法雨，开启智慧，增长福德，成就菩提！

冻死不攀缘，
饿死不化缘；
穷死不求缘，
随缘不变，不变随缘，
抱定我们的三大宗旨。
舍命为佛事，
造命为本事，
正命为僧事，
即事明理，
明理即事，
推行祖师一脉心传。

参禅秘诀： 专一

地基没打好，房子必不坚固，风一吹就倒，雨一冲就散。
一九八二年十一月二十八日晚

学佛的人，有人欢喜参禅，有人欢喜学教讲经说法，有人欢喜研究律宗，有人欢喜密宗，有人欢喜净土宗。无论欢喜那一宗，你都要专心致志，用功修行，才能达到目的，成就自己的希望。若不专心致志，学什么也等于没有学一样。参了二天半禅，就想去念佛；念佛念了半天，又想去学律；学律不久又想学密。常把自己的目标弄乱，而不能专一。为什么不能专一？就因为向外驰求，脚踏两条船，不知到江北好？或江南好？这样就会自误一生。

所以参禅就要时时刻刻精进，一分一秒也不躲懒偷安。参到「山穷水尽疑无路，柳暗花明又一村。」就别有洞天，别有一种天然妙趣。但必定要参到极点，到登峰造极，然后才有一点点希望，但并不多。虽有一点点的希望，也不要抱着希望，否则又变成头上安头。

参禅，就是要老实用功。首先，要把腿练得听话，不捣乱也不痛，怎么腿会不痛？是否有个咒可以念一念，腿就不痛了？或者吃个什么药令它不痛？不是的。必须要经过这个痛，然后它才听话不痛。你要是忍不住，一痛你就要换腿，休息一下，那么腿永远不会听话，因你已惯坏它。它一痛，你就哄它，如哄小孩子似的。小孩知道父母怎样也舍不得他受苦，将来他就什么苦也不能受。腿也像小孩子一样，你若怕它痛，它什么时候都会痛，痛时也要痛，你不想痛时也要痛，就都因为惯坏了它。

把腿练得听话，把腰也练得听话，不酸也不痛。眼、耳、鼻、舌、身、意也都听话，六根不向外驰求，不被色、身、香、味、触、法所转，皆不为六根六尘所转，而能转回来，这就是听话。所谓「眼观形色内无有，耳听尘事心不知。」常常回光返照，不向外驰求，总是抓住自己的根本法门：「念佛是谁？」抓住根本，即「但得本，莫愁末」，对于枝末的问题，也不用再忧愁了，一点一点都会明白。

你修参禅法门，不要连坐都还未练好，也不能结双跏趺坐，连单跏趺坐都结不起来，就想学怎样参，又如何如何？你的基础都未打好呢！

参禅要先打地基。第一个礼拜，就是在整地。造房子先要整一整地，等到地差不多平了。第二个礼拜就可打桩。打桩须费一番功夫，就是修忍，忍痛、忍饿、忍饥、忍寒，什么都要忍，这是很费力的，虽然费力，但这是必经之路。必须把地基打好，立好桩，否则造出的房子必不坚固，风一吹就倒，雨一冲也就散了，这都是因桩未打好，基础没建立好之缘故。第三个礼拜才把梁、栋、柱脚石等都安好，把所有的柱子都竖建。第四个礼拜就可以造墙、装门、安窗户、盖上屋脊。所以一点一点的造起，不是「一锹就挖个井」，不是一下就可以成功的。

参禅如此，念佛是如此，学教、修密、习律也是如此，都要念兹在兹，把心弄老实，不叫它好高骛远，不要听人说密宗好啊！就跑到密宗。我们人不要迷得死不开窍，食古不化。明明眼前都摆着事实，还迷头迷脑的密密密，密来密去也不知怎么就死了，这真是密！这不是「密」，是「迷」－－糊里胡涂！

各位信佛的人，要研究真理，不要盲从。要「亲近有德，远避凶人」，凶人就是专门欺骗人；有德之人即是不欺骗人。无德的人专用奸诈手段，所以德存不住；唯独不欺骗人者，才能日积月累的修功立德，故其德行存在。所以你们观察人就是从这儿着眼。不是单单在表面上看，说：「我看这人有德，是善知识。」根本没有确实的标尺。你必须要设身处地，真正了解那人才

算。末法的人都犯了一种通病，就是好高骛远，以耳代目，听人家说什么好，就往那儿跑。跑到那儿，好不好也不知道，甚至被人骗了还不醒觉。学这种迷信财色，迷信风水，非常可怜。

今天从报纸上转载大陆福建某地，有六个小孩子集体跳海自杀去成仙。这为什么呢？就因为邪说把人迷住了，说人做坏事就要作鬼，做好事成神仙。什么叫好事？就是不怕死。在乡下地方，小孩子天真纯朴，听了什么也就容易入脑。说好人不怕死，死了会成仙，所以这六个小孩就要集体自杀成仙去－－「以前有八仙，大概是集体自杀的，我们现在也要集体自杀成六仙，免去六道轮回」，所以他们一齐自杀想成仙。

他们成不成仙呢？我可以证明没有。为什么不成仙？因为他们太迷了。成仙的人都很聪明的，没有这样的愚痴，不懂真理，是非不辨。这样怎么会一起死去就会成仙呢？成仙若是这么容易，那么大家不快死算了，都会成仙？真是无有是处。这种乡愚太可怜了，盲从迷信邪说，令小孩子都失去了方向，这是很可怜的一件事。

话又说回来，为什么小孩子宁可死也不怕，而说要去成仙呢？这也可说是环境压迫而成，觉得人活着还不如死，做人如行尸走肉没什么意思，于是找个大解脱，一起去死。小孩子在他们的笔记簿上，写「死」字写了一千多个，天天死死死，一天到晚念死。这些童男童女无知，受迷信之蛊惑，而失去真正的目标和方向。

所以我们信佛的人，不应该迷信，要破除迷信。什么是迷信？就是糊里胡涂地乱信，别人说什么就信，信迷了。「迷信」还不打紧，最怕是「信迷」，信那迷乱颠倒的外道。有人自作聪明，真的他不信，假的他反而去信，这就是「迷中之迷」，不认识真理，拿真当假，把假当真。好像这六个小孩，本来「找死成仙」是一种虚假骗人的方法，而他们却相信。若是叫他们要修行才能成仙，恐怕他们就不相信了。所以世界上可怜的人很多，可怜的事也很多，一言难尽！